

* ひとりじゃないよ! 仲間がいるよ! *



Rin Rin

H24. 6月発行



*りんりん会報に寄せて No.2

《 悔いのない人生 》

大崎市民病院乳腺外科科長 吉田龍一

みなさんお元気でしょうか。

日に日に蒸し暑さが増し、いよいよ梅雨入りですね。季節の変わり目に、よく体調を崩す方がいるので皆さんも油断せずお過ごしください。

さて、先日、元タレントの山口美江さんが亡くなりました。訃報をテレビで何度も伝えていましたのでご存じの方も多いでしょう。あ、乳がんで亡くなったわけではありませんよ。キャリアウーマンが仕事の合間にホッと一息つき、「しば漬け食べたいっ」と言うCMに出た方です。芸能界を引退し父親の介護を一所懸命にやっていたとも報じられていました。この人が生前言った言葉を見つけたので紹介します。

「人間は死ぬときは死ぬ。そして自分の人生が短いか長いか、死ぬ時がくるまでわからない。過去を振り返ったり、立ち止まっても人生の時間は容赦なく過ぎて行く。だったらとにかく前に進むに限る。」

つまり、人生は一度きり、やれるうちにやりたいことをやろうということだと思います。何がきっかけでこのように考えるようになったのかは定かではありませんが、私も多くの患者さんを診てきてまさにその通りだなと思います。

みなさんも、病気になる前は、何となく漠然と100歳まで生きるとか、まだまだ死ぬはずはないと考えていたでしょう。しかし、思いがけない病気を患うと、まさか自分がと悲嘆し将来が見通せなくなってしまい、死ぬかも知れないという恐怖や不安が強くなるということを誰もが経験したと思います。しかも、やっかいなことに、考えてもしかたがないと頭ではわかっているけどどうしてもぬぐい去ることができないものです。

人それぞれ考え方、生き方があり、山口さんの考えが正しいとは言いませんが、こういう考えを持って実践できる人は強い人だと思います。若くして亡くなってしまいましたが、悔いのない人生だったのではないのでしょうか。

津波や事故に巻き込まれ、ある日突然人生が絶たれてしまった方が大勢います。これからやりたかったこともたくさんあったらろうし、子供の成長も見なかったでしょう。そして、家族や友人にもっと多くのことを残したかったと、さぞかし無念だったろうと思います。人間長生きするとは限りませんし、いつなるとき何が起こるかもわかりません。楽しいこともあるでしょうがイヤなこともあるでしょう。私たち今生きている者には、たとえ病を患っていたとしても、「やり残さないように生きる」時間がまだあるということを忘れないようにしたいと思います。ちなみに私は別に彼女のファンではありません。

というわけで、早速東京スカイツリーに上ってきました。来年上れるとは限りませんからね。いずれ感想などお聞かせしたいと思います。



脱毛対策とウィッグについて ～H24.5/26・りんりん情報交換会報告～

*今回は、12名の参加者の中から、抗がん剤治療を経験された9名の方々にお話しいただきました。実際に使用されたウィッグ等も持参していただき、工夫されたところを教えてくださいましたので、是非、参考にさせていただきたいと思います。この他にも貴重な情報が沢山出されましたが、次の方達の為に今後、更に情報を収集し、参考にさせていただけるような資料作りを考えていますので、情報がある方はりんりんにご連絡ください。お待ちしております。

● 抗がん剤治療経験者からひとこと…実際に使用・手作りしたものを紹介します！

【手作り帽子(帽子にラバーを付け、クリップ付きウィッグを付けたもの)】



【正方形型帽子にひもを付けたもの】



【市販のバナナキャップ】



【市販のニット帽】※無印商品



【ハンガーを利用したかつら掛け】



● 抗がん剤治療経験者からひとこと…困ったこと・悩んだこと・辛かったこと

★術前抗がん剤治療が必要…と伝えられた時、髪が抜けるということより、吐き気&辛いというイメージの方が強烈にあり、『がんです』…と言われた時よりショックだった。

★カタログやネットでの取り寄せをしたら、サイズが合わなくて困った。(高額のものを購入)

★カツラや帽子は夏は暑くて大変。冬は寒く、就寝時に帽子をかぶって寝ないとスースーした。(頭は気温センサー)

★行きつけの美容院には行けなくなった。(知らない美容院に行った方が気を使わずにすんだ。)

★抗がん剤治療時、起き上がった時にカツラがずれているのではないかと心配だった。

★カツラ着用時、他の人の視線がとても気になった。(えりあしの髪が無いと不自然に見える。)

★抜けることは覚悟していたが、頭がピリピリして来たら一気に抜けた。新聞紙に包みきれないくらいの量を見てショックだった。(夫がそれを見てショックで三日間寝込んだ。)

★暑い時期に家でバナナにいる時に、急に来客があったりすると慌ててしまう。

● 抗がん剤治療経験者からひとこと…感じたこと・頑張ったこと・工夫したこと

★吐き気に大きな不安があったが一回しか吐かなかった。(台風のようなものだから過ぎてしまえば大丈夫！！)

★不安だった時、事務所で話を聞いてもらい、助けられた思いだった。頑張ろうと思った。

★髪が抜けてしまった時はショックだったが、シャンプーがとっても楽になった…と思うようになった。

★2・3本残った髪にすがりたいと思ったこともあった。生えてきたときにはとても嬉しかった。髪が生えてきたことで自信が出てきた。

★いろんな病気の人がいるから全然気にしなくていいよ！外に出られない時は家でいろいろアレンジして遊びなさい。楽しんでいいんだよ。

★髪が抜けた時、服に沢山ついてしまうので、コロコロを買って使っていた。

★不意の来客対策として、玄関にすぐかぶれるようにキャップやバナナ等を置いていた。

★開き直ることが大事！と思うようになったし、性格が以前と変わり強くなった。前向きに考えるとすべての見方が違ってくる。

★睫毛・鼻毛等が無いことで、ゴミが入りやすかったり、鼻水がストレートに出てきてビックリ。あることの大切さがわかった。

※医療用ウィッグ・おしゃれ用ウィッグ、美容院やネット情報等についても会員さんが調べてくれた情報が他に沢山ありましたが、今回詳しく記載できませんでした。お知りになりたい方はご連絡ください。

【連絡窓口】：大崎市民病院相談支援センター ☎0229-23-3311